

Pour les 60 ans et plus

1 "Mon âge face aux idées reçues"
Le 7 mai de 9h30 à 12h

2 "Ma santé : agir quand il est temps"
Le 15 mai de 14h à 16h30

3 "Nutrition la bonne attitude"
Le 22 mai de 14h à 16h30

Ateliers vitalités avec la MSAIO
Gratuit, sur inscription

4 "L'équilibre en bougeant"
Le 29 mai de 14h à 16h30

5 "Bien dans sa tête"
Le 5 juin de 14h à 16h30

6 « Un chez moi adapté, un chez moi adopté ! »
Le 12 juin de 14h à 16h30